

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

**у контексті державної
програми розвитку фізичної культури в Україні:
досвід, проблеми, перспективи**

Присвячується 10-річчю факультету фізичного виховання і спорту



Житомир, 2014

Пазіна В. О.

Розвиток спортивної гімнастики
на Житомирщині у післявоєнні роки 188

Попович О. І. / Popovych O. I.

Взаємозв'язок психофізіологічного стану студентів-жінок
з рівнем їх рухової активності /
Relationship of the mental and physical states of female
students with the level of their motor activity 191

Свістельник І. Р.

Формування електронного галузевого інформаційного
ресурсу у ВНЗ фізкультурного профілю 194

Сіпліва М. О.

Формування позитивної мотивації у студентів
до занять фізичною культурою засобами степ-аеробіки 196

Стасюк Р. М., Смірнова К. Р.

Формування у студентів свідомого ставлення
до фізичного вдосконалення в процесі фізичного виховання 199

НАПРЯМ IV.

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ, ФІЗИЧНА РЕКРЕАЦІЯ,
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ**

Абдуллаєв А. К., Ребар І. В., Нестеров А. С.

Процессы восстановления водного баланса спортсмена 202

Андрійчук О. Я.

Рекреаційно-туристичне державне регулювання 205

Бойко Г. М.

Корекційна спрямованість інклюзивного навчання
студентів з особливими освітніми потребами
в системі фізичного виховання молоді 207

Бринзак В. П., Милов О. А.

Фізичне здоров'я школярів 7-8 років,
що займаються хортингом 210

Гацосва Л. С.

Теоретичний аналіз проблем
адаптивного фізичного виховання 213

Ковінько М. С., Драчук А. І., Шевчик Л. М.

Шляхи оптимізації занять
фізкультурно-оздоровчої спрямованості 216

Кокарева С. М., Щербій С. А.

Дослідження стану здоров'я спортсменів різної
кваліфікації, що займаються
фітнес-багатоборством «Стренфлекс» 220

Корнійчук Н. М., Ляшевич А. М., Киричук В. О.

Перебіг адаптаційних процесів та формування
стресостійкості студентів молодших курсів
факультету фізичного виховання і спорту 223

Крук А. З., Крук М. З.

Особливості морфофункціональних
показників плавців-стаєрів 227

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ СВІДОМОГО СТАВЛЕННЯ ДО ФІЗИЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Стасюк Р. М., Смірнова К. Р.
Сумський державний університет

Постановка проблеми. Стрімкий розвиток промислового виробництва не тільки змінив середовище населення людини, але і підсилив її тиск на спадкову програму біологічного розвитку. Інакше кажучи, науково-технічний розвиток привів до збільшення агресивності факторів середовища, до впливу якої адаптивний механізм у спадковій біологічній програмі людини не запрограмований. Тому оздоровча функція масової фізичної культури і спорту в житті людини в епоху науково-технічного розвитку зростає.

Більшість юнаків та дівчат мають природну рухливу активність, але вона має тенденцію до зниження. Особливо молоді люди, що займаються інтелектуальною працею, недооцінюють значення м'язових навантажень. Недостатня м'язова активність стає поширеною у представників студентства та багатьох професій.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. При конструюванні педагогічного процесу з фізичного виховання, а також визначення можливостей активізації діяльності студентів на заняттях фізичними вправами і спортом ми використовували методологію видатних психологів, педагогів, філологів, філософів про мотиви діяльності і потреби особистості, використовувалися директивні положення вищої школи [3, 4].

Людина є вищою соціальною цінністю; розвиток її у всіх відносинах треба розглядатися як створення і накопичення суспільного багатства. У цьому аспекті фізичний розвиток людини здобуває цілком конкретний зміст, як проблема ставлення до соціальних цінностей. Отже, усвідомлення студентами соціальної значимості фізичного виховання для підготовки до професійної діяльності необхідно розглядати як важливий компонент формування особистості [1, 5].

Мета дослідження: виявити педагогічні умови формування у студентів свідомого ставлення до фізичного вдосконалення в процесі фізичного виховання у ВНЗ на основі взаємодії між викладачами і студентами.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, аналіз документальних матеріалів, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Для вирішення питання про розуміння оздоровчого значення фізичної культури, були протестовані студенти Сумського державного університету. Результати тестування ми представили у вигляді діаграми (рис.1).

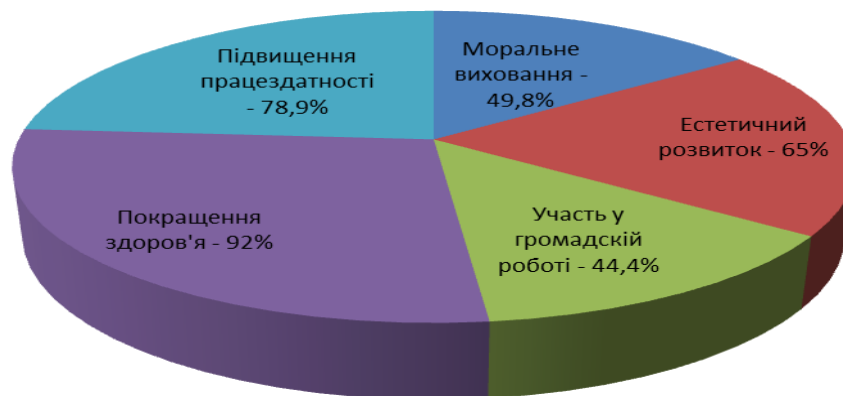


Рис. 1. Вплив фізичної культури на оздоровлення та виховання студентів

Причому, отримані відповіді рівнозначні в усіх групах опитаних як у юнаків, так і дівчат, і тих, хто не займається спортом. Молодь, що навчається у ВНЗ, розуміє оздоровче і виховне значення фізичної культури: (92%) юнаків і дівчат вважають, що заняття фізичною культурою сприяють покращенню здоров'я, (78,9%) опитаних указали, що ці заняття підвищують працездатність. На думку студентів фізична культура і спорт сприяють естетичному розвитку (65%), моральному вихованню (49,8%), активній участі в громадській роботі (44,4%).

Встановлено, що у студентів потреба у фізичному самовдосконаленні формується тим успішніше, чим вище освітній рівень людини, ступінь розвитку інших потреб, тобто чим більш сформована їх особистість. Виявлено прямий взаємозв'язок між формуванням потреби у фізичному самовдосконаленні і професійній спрямованості особистості студента.

Фізкультурно-спортивна діяльність залишається для студента чимось зовнішнім, нав'язаним і керованою ззовні. Потрапляючи на заняттях у навчальній групі в повну залежність від викладача, студент повинен змінювати всю структуру поведінки. До і після занять, керуючись своїми поглядами, він сам вирішує, що і як буде робити. Цікаво відзначити, що залежна позиція студента в навчально-виховному процесі зовсім не виключає необхідності дослідження викладачем ціннісних орієнтацій і мотивацій студента. Усвідомлюючи це, ми з обережністю підходимо до використання отриманих ними даних. Інтерпретувати їх слід, очевидно, виходячи з наступних міркувань. Студент послідовно опановує види спорту, зазначені, наприклад, у програмах з фізичного виховання, не усвідомлюючи своєї залежної позиції («Ви належні!») при здійсненні вибору виходить з обмеженого набору альтернатив, ґрунтуючись на суб'єктивних можливостях виконання тієї чи іншої рухової дії.

Система організації процесу фізичного виховання у ВНЗ не забезпечує умов для того, щоб фізкультурно-спортивна діяльність була діяльністю в повному розумінні цього слова. Як відомо, діяльність – це активність людини, спрямована на досягнення свідомо поставлених цілей, пов'язаних із задоволенням його потреб, на виконання вимог, пропонованих суспільством.

Один з недоліків існуючої постановки процесу фізичного виховання у ВНЗ складається в тому, що він обумовлює всебічно залежну позицію студента. В процесі фізичного виховання представлена взаємозалежна діяльність двох родів: організація і керування процесом і передача і засвоєння знань, умінь і навичок. Позиції, ролі, права, обов'язки викладача і студента багато в чому залежать від того, хто організує даний процес і керує їм. Діюча система вирішує це питання однозначно, надаючи це право винятково викладачу. Він визначає цілі, зміст, методи і засоби виховання, види фізкультурно-спортивної діяльності, порядок їх виконання, здійснює контроль і оцінку діяльності. Студенти в організації і керуванні процесом фізичного виховання участі не приймають. Однак, як показують дослідження [4, 2], відсторонення студентів від організації і керування процесом фізичного виховання приводить до негативних наслідків, обумовлених тим, що студент діє в умовах підпорядкування вимогам, пропонованим ззовні.

Свідомість у сфері фізичної культури є однією з ознак всебічного розвитку особистості. Розмаїтість прояву форм активності (пізнавальна, суддівська, педагогічна, особистого самовдосконалення, організаторська) обумовлена множинністю соціальних відносин, в які втягнутий студент, включаючись у фізкультурно-спортивну діяльність. «Свідомість особистості детермінується суспільними відносинами, соціальною позицією особистості, зверненими до неї суспільними вимогами і нормами» [5].

Ступінь свідомого ставлення студента до фізкультурно-спортивної діяльності різноманітна і мінлива. Вона може виявлятися як звичайна емоційна реакція чи активна дія, що спрямована на зміну обставин. Мобілізація резервів активно-позитивного ставлення студента до його діяльності вимагає урахування визначених закономірностей психофізіологічного, психолого-педагогічного і соціального характеру, комплексний вплив яких на формування особистості в сфері фізичної культури вивчено недостатньо, не до кінця воно осмислюється і стосовно практичної роботи.

Висновки

1. Істотним недоліком традиційної постановки фізичного виховання у ВНЗ є його орієнтація на середньоарифметичні показники (нормативи), без урахування особистісного ставлення до них студентів. Ігнорування індивідуальних розходжень породжує стандартизацію навчально-виховного процесу, внаслідок чого викладацька діяльність позбавляється творчого компонента, а у студентів відбувається зниження активності на

фізкультурних заняттях. Звідси і виникає проблема активізації студентів на заняттях з фізичного виховання.

2. Виразна орієнтація на фізичний розвиток і зміцнення здоров'я, яка органічно пов'язана із соціальною цінністю фізичної культури, говорить про те, що основна маса студентства усвідомлює необхідність занять фізичними вправами для свого розвитку, для того, щоб стати повноцінними членами суспільства, готовими до праці й обороні Батьківщини. Перспективи подальших досліджень пов'язані з експериментальним обґрунтуванням адекватних засобів та методів фізичної культури.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Мухацька Б. В. Стимулювання пізнавальної активності студентів ВНЗ : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук. – К. : НПУ, 2001. – 41 с.
2. Отношение студенческой молодежи к физической культуре и здоровому способу жизни / упряд. Ю. С. Антипов, Г. В. Лисчишин, Ф. С. Юрчук и др. // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : 7 Междунар. научн. конгр. : (материалы конф., 24 – 27 мая 2003 г.). – М., 2003. – С. 164 – 172.
3. Папуча М. П. Психологічна складова педагогічної освіти / Папуча М. // Рідна школа. – 2000. – № 7. – 154 с.
4. Пономаренко Л. А. Формування позитивних навчальних мотивів студента в умовах соціально-психологічної адаптації до навчання у вищому навчальному закладі / Пономаренко Л. А. // Теоретичні і прикладні проблеми психології : збірник наукових праць СХУ ім. В. Даля. – 2006. – № 4 (15). – 138 с.
5. Соколенко Е. И. Ценностное отношение к здоровью как педагогическая проблема = Forming of the valued attitude toward a health as a pedagogical problem / Е. И. Соколенко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / ХГАДИ (ХХПИ). – Харьков, 2006. – 132 с.

АНОТАЦІЇ

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ СВІДОМОГО СТАВЛЕННЯ ДО ФІЗИЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Стасюк Р. М., Смірнова К. Р.

Сумський державний університет

У статті розкривається питання про розуміння оздоровчого і виховного значення фізичної культури студентами Сумського державного університету. Під час роботи вивчався вплив сучасних та загальних фізичних вправ на оздоровлення та фізичне виховання студентів. Встановлено взаємозв'язок між формуванням потреби у фізичному самовдосконаленні і професійною спрямованістю особистості студента.

Ключові слова: студенти, свідоме ставлення, фізична культура.

ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ СОЗНАТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОМУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Стасюк Р. М., Смирнова К. Р.

Сумской государственной университет

В статье раскрывается вопрос о понимании оздоровительного и воспитательного значения физической культуры студентами Сумского государственного университета. Во время работы изучалось влияние современных и общих физических упражнений на оздоровление и физическое воспитание студентов. Установлено взаимосвязь между формированием потребности в физическом самосовершенствовании и профессиональной направленностью личности студента.

Ключевые слова: студенты, сознательное отношение, физическая культура.

FORMING DELIBERATE ATTITUDE TO THE PHYSICAL UPGRADING AMONG THE STUDENTS IN THE PHYSICAL EDUCATIONAL PROCESS

Stas'uk R., Smirnova K.

Sumy state university

The article deals with the question of understanding the health and educational value of physical training of Sumy state university students. During operation, we studied the effect of modern and general physical exercises on rehabilitation and physical education of the students. We established the correlation between the formation of the necessity of physical self-improvement and professional orientation of student's personality.

Keywords: students, deliberate attitude, physical culture.